

## **BAB 6**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

Berdasarkan hasil mengenai pengaruh pemberian jus mentimun terhadap penurunan tekanan darah tinggi pada pasien hipertensi di desa talang wilayah saronggi dapat dikemukakan simpulan dan saran sebagai berikut:

#### **6.1 Simpulan**

1. Tekanan darah responden sebelum diberikan jus mentimun berada dalam kategori hipertensi sedang sebanyak (66,7%)
2. Pemberian jus mentimun selama 7 hari terjadi penurunan tekanan darah sistolik dan diastolic pada responden dengan hipertensi sedang
3. Ada pengaruh pemberian jus mentimun terhadap penurunan tekanan darah pada pasien hipertensi.

#### **6.2 Saran**

1. Bidang Ilmu Kesehatan

Dapat digunakan sebagai pengetahuan dibidang kesehatan, khususnya dalam penatalaksanaan dan pencegahan untuk menurunkan tekanan darah tinggi pada pasien hipertensi dengan meminum jus mentimun secara rutin.

2. Bagi Pelayanan Puskesmas

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberi masukan dan bahan pertimbangan perawat dalam pencegahan atau pendidikan kesehatan pada pasien dalam mengatur gaya hidup dengan teratur meminum jus mentimun guna menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi.

### 3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan pada penelitian selanjutnya, peneliti memberikan informasi terlebih dahulu kepada responden tentang manfaat dan keuntungan dan menggunakan gelas ukur untuk mengukur jumlah takaran jus mentimun yang diberikan